山林經濟 五

增補山林經濟卷之八目錄

治膳 上

増補山林經濟卷之八

治膳 上

山野之人咬菜飯糲固是分內事至於美味佳膳非所敢望而但場圃所種塒柵所畜及江溪所漁之物烹飪失方則將何以養老而供賓乎茲錄收治之方以備日用然慘毒取味則大損陰德宜加嚴戒

果實收藏法○凡生果掘地爲深坑藏之以木板蓋之可留不乾

諸般果子以乾沙或以芝麻拌和新瓮收之密封其口凡果鑿生大竹作穴納其中而塞之色味經歲不變臘雪水淹藏一切果實良酒糟藏物不敗可淹茄果○青茄收藏凡遇時果出用

銅青細研末與果同臘雪水收貯顏色不變加鮮凡青梅桃李林檎小棗葡萄蓮蓬菱角甜瓜梨子柑橘等果皆可收藏以備不時之用○海松子今稱栢子收藏以防風同裹則不油防風亦不壞松子以踈布帒盛掛當風處不膩或以燈心煎碎收之則不枯水仁之類滲壞不可食者攤置竹紙上焙之如新○胡桃收藏以麁布帒盛掛當風處不膩○栗子收藏霜後收自零栗子投盛盆水中去其浮者漉出浸者拭乾晒少時以無水氣為度先將沙炒乾待令用新沙器收貯沙一層栗一層約九分滿不可太滿用若葉一重覆蓋以竹篾按定掃凈地將器倒覆以黃土封之逐旋取用不令近酒氣至來春不壞取栗子一擔塩二斤化

水浸一二宿漉出晒乾以芝麻二石拌勻於荊囤內收之永遠不壞食之甘美藏乾栗法浸鹽水晒乾如上法竹籃或麁布袋盛掛背日火通風處日搖動一二次至春不損夏不蛀陳栗水浸一宿許焙乾其皮皆貼殼食之如新凡生栗水浸四五日出乾收藏則虫不生○紅棗收藏將大缸刷淨拭乾以熟米醋澆缸內遍令淨控乾又以熟香油勻擦缸口缸底鋪栗稈草一重棗一重中心四圍亦令草間盖不可重壓久留不生蛀○梨子收藏初霜後即收梨性最怕凍宜頓暖處最忌酒慎勿與共宴餘者收之若久有酒處亦不宜藏且破損者不可藏梨子連小枝折下取不空心大蘿蔔挿梨枝其中以紙裹置暖處至春不壞梨子別取麁者一

退水灰(四五次者)晒極乾甕埋
庫中灰一層布紅柿一層
至甕口乃止以厚油堅封
甕口又盖甑方席空石
令勿凍可以過夏(已驗)

顆以數顆抑其上頓暖處不壞梨以新蘿盛頓陰僻處不乾向陽燥地作窨室多積梨葉以櫟葉裹梨子收貯窨中則久不乾就樹上以橐包裹外以油紙重裹過冬乃摘亦好○紅柿收藏每箇以櫟葉厚裹盛於杻器柳笥等器結架樹間頓置其上仍以苫厚盖不使雨雪透入則久留不損紅柿未熟者以冷鹽湯浸之可過歲顏色不變(臨食浸水退鹽味)紅柿納盆水中待凍堅破去盆仍納氷庫中則可以經夏○桃子收藏以麥麪煮粥入鹽候冷傾入新瓮中取色紅未太熟桃子投瓮中密封瓮口冬月食之如新○林檎收藏每一百箇內取二十箇槌碎入水同煎候冷入淨瓮中將八十箇浸投之密封瓮口久留愈佳(必取色紅未太熟者)

以臘雪水盛缸用銅青末同入收貯顏色不變○石榴收藏揀大者連枝摘下用新瓦罋安排在內用紙十餘重密封可留不壞石榴以新罐盛頓陰僻處不乾不可凍損○葡萄收藏以蠟裹頓罐中溶蠟封之至冬不壞酒浸葡萄盛以新瓮密封懸掛當火處不壞用蠟水銅青法亦好○柑橘收藏取帶梗者插於蘿蔔裹紙置暖處至春不壞柑以燥松毛逐層鋪之頓無酒處不爛金橘頓銀錫器內或雜以油麻藏之經久不壞金橘着於菉豆中藏之可經時不變橘性熱而豆性冷故能久也橘橙之屬藏菉豆中極妙不宜頓近米邊

菜品收藏法○茄子收藏六月收茄子切勿傷破皮帶用淋退灰

진흘밧고반저晒乾與茄子層層隔下於淨甕中埋地中冬月取食如
新○黃瓜收藏刈麥後種晩瓜七八月間收之如藏茄子法白
米泔中熬之作米下鹽使鹹淡適口調寒熱拭完瓜以投甕中
密封之黃瓜欲作乾取青者刀切如錢拌灰晒乾則青色不變
○甜瓜收藏以缸盛臘雪水用銅青末同入收貯顏色不變○
西瓜收藏同上○蘿蔔蔓菁根收藏霜後採根揀完大者以刀切
尾只留半寸許又以刀暫削生芽之頭燒鐵烙其頭尾藏土窖
中則至春芽猶不生根無中空食之如新○冬瓜南瓜收藏經
霜後摘置屋下天寒收入煖室中則可留至春若凍損則汁流
便壞○芋根收藏十月間收根納土窖中令不凍凍便壞不可

作種又不可食○熊蔬四月念閒鹽上薪時摘揀完葉累疊之必加水漬磨甎中使其汁盡出後入甕注水以鹽之常令水加葉上至冬取出色黃甚軟褁飯佳品也○大蒜收藏剝去皮浸好醋中過屢月愈久愈新味佳臭減○生薑收藏八九月採薑用大盆貯土埋其中冬月置煖室中令不凍凍輒壞若甚燥撥新土則不乾○葱根收藏不採經冬亦不死未凍時採納草箇中置地上凍不妨至月陞後出援土窖中則生黃芽立春日食之甘嫩無臭○竹筍收藏五月取筍肉一百斤用鹽五升水一小桶調鹽漬筍半餉取出紙乾以原滷水澄清煮筍令熟取出醃晒乾臨用時以水浸軟就以浸筍水同煮之其味尤佳取筍

去皮切開沸湯焯過晒乾收之臨用時以米泔水浸過如新用
鹽湯焯過則是醎笋○羊蹄根收藏九十月間多採根密密排
栽於大窖中以土壅培塞窖門正月開之則銀莖滿窖作羹軟
滑味美但微酸先以沸湯焯過浸水退酸後作羹方佳○當歸
根收藏十月採根作大窖種於其中時澆之畦傍多設火爐如
春候則生芽作炙生食俱佳又法窖內作堗時時燃柴澆水則
芽易生○葱根收藏霜後取葱根栽窖中以乾馬糞壅之生芽
作羹香嫩極佳嚼之無滓○木頭菜木收藏十月終刈取枝端
數三尺許不拘多少用大瓮盛土置煖屋中另以細木削尖亂
刺瓮中土作穴仍以木頭枝揷其穴毋令皮卷頻以溫水澆之

則旁生可以作菜○松茸收藏晒乾收之臨用以真黃土調水如稠粥浸松茸其中經宿出之則還生可食生松茸加塩令極醎至春取出退塩於米泔水用之又初冬投淡葅中甚佳○薇蕨收藏三月採嫩者蒸熟以乾灰拌之晒乾洗去灰又晒乾收之臨食以湯浸令軟爲饌味佳○蒜薹收藏五月揀肥嫩者用塩湯焯過晒乾臨用湯浸令軟調和食之與肥肉同造佳○萵苣薹收藏上同用時必去皮食之○生菜收藏九十月中於墻南日陽中作坑坎深四五尺取雜種菜列布之一行菜一行土去坎一尺便止以穰厚覆之得經冬須即取緊然如夏菜不殊

飯粥諸品○凡稻米霜後無毒旱稻米有毒須半雜陳米作飯則

佳無毒若欲單炊旱稻米必下湯煎數沸湯後仍酌去其水再
入他水造飯則毒少○麥成實未黃則刈取晒乾作米和粳米
炊飯其味殊勝○粟米稷米各二升粳米二升青粱米五合赤豆
七合大黑豆一合相和作飯則甚甘香熟水亦好○藥飯上元日時
食好糯米一斗精鑿水浸一宿另用大棗去核烹栗去皮細切
栗不必細切各二升許乾柿細切一升許柿乏味澁好蜜一升許香油八
九合許甘清醬煉過者一鍾子許先將糯米漉取甑内蒸之令
七八分熟則取出待温和前物料須十分調匀不許有小塊復
入甑中再蒸通熟取用棗核木取汁和蒸色赤佳○白粥性暖稻米為上
用石湯為上水鐵湯次之錫鐺為下用甘泉則味佳泉劣則粥

色黃而不成煮法精鑿白米多洗下熱鍋滴香油略炒待油盡入然後多灌水用柴木火速速煎去至半熟汁少彈使以煮匙酌出其汁於淨器內又以煮匙之背微磨粥滓而勿令米粒成泥復入香油攪勻無火使火滾煮之用煮匙又取酌出之汁匙匙添下於粥中其汁旋縮旋添煮到無汁可添而乃止則其粥十分濃稠如牛乳粥清晨空心甚宜老人生津液食白粥後忌飲冷水成肺疾○牛乳粥內局法牛乳一升和水二合慢火煮三四沸去其浮漚另用他器以水少許調心末二合看粥稀稠加減心末乘乳之沸以匙掉和心末一沸後用鹽湯調味適其鹹淡以磁器火乾而注盛之作心末法取米精鑿洗水浸米用焙籠火乾更舂作末以帛篩篩下三四次用久貯則致

傷毎五六日改作如○又法以米洗水用磨石磨之水飛晒乾又玖○作塩湯法塩一升水二升同煎至七八合用細篩篩之盛於淨器待其滓洗下去滓取精用之服乳必停冷啜之熱食即壅凡乳酪與酸物相反○海松子粥以精白米水浸以磨石磨之篩取汁待澄去水作粥三四合許令稀稠得中另用海松子炒變黃色入器研爛後投粥中攪勻以加塩食○青太粥青太以磨石磨取汁篩下白米爲心作粥甚美○瓠粥取甘瓠軟者削去皮熟取白肉切作薄薄小片與早稻米加猪或鷄肉或加石花塩湯作粥其味甚好○防風粥承露曉摘防風初芽令不見日粳米作粥待半熟投之候其沸移盛於冷磁椀半溫而食之甘香滿口三日不衰○葵菜粥葵菜取莖葉而莖則剝去皮入粳米或加牛

或猪或鷄肉一斤煎作粥粥成去肉另用乾蝦肉作麁屑加粥食之佳○麥粥青麥成實者取粒臼中添水擣爛和米心作粥調鹽食之味新好即米麥也取汁作粥○鷄粥揀肥雌鷄爛烹解散筋下去脂下粳米心適醎淡候熟下鷄卵數箇調和煮一沸出○牛膿粥牛膿取厚片爛烹以手細裂如絲下粳米就原汁煮粥適醎淡食之○鯽魚粥取大鯽魚去腸肚連鱗煮爛控起竹篩取肉去皮骨就原汁下粳米作粥加椒薑等物料食之並上三方皆宜老人○石花粥石花揀淨碎甲油煮豆腐如軟泡溲揉與米作粥候熟下鷄卵數箇調和一沸適醎淡加物料食之○薏苡粥薏苡米作細末和粳米細末三分一作粥和蜜食之○藕

粉粥取麁者淨洗截斷砑中擣爛布絞取汁以密布再濾澄去上清如水汁稠難澄添水攪之即澄爲粉少和菉末或葛粉作粥和蜜食之輕身延年○蓮子粥去皮作細末和粳米末少許作粥和蜜食之延年○薯蕷粥如上法○芡仁粥取新熟者蒸熟烈日曬皮即開舂作粉作粥如上法或入肉作羹上亦同○菱角粥治作粉作粥如上法甚益人○葛粉粥作粉法如取藕粉法少和粳米細末作粥和蜜食宜解酲○乾栗粥黃栗細末作粥和蜜食或生栗去皮薄削烈日曬乾或火焙乾細末作粥○全鰒紅蛤牛肉粥皆作細末和米作粥或鹽或醬醎淡適宜宜無齒年老人○夏月令飯不饐壞法用生莧菜鋪飯上則夜

過不餒

餅麪諸品○今世富家以意造餅屬無所不爲多有不知名者後習切宜戒之○石茸餅取石茸凡大者石工如水磨去麁皮凡凡鱗鋪以蜜調粘米末作黏物勿致解散以棗栗之屬和蜜爲胎兩凡相合作餅形後塗以香油安於竹篩上蒸出塗之以蜜栢子屑爲衣食之○雜果粘餅好粘米精鑿一斗許浸水經宿另用去核大棗去皮熟栗乾柿切碎與潤透粘米相合和匀納甑爛蒸出打木板上令無半粒末搗爛者然後切方一寸許以芝麻屑作衣食之佳○雜果糕新稻米水浸作末用新熟栗新紅棗去核新紅柿省去澁味先洗塩湯經去皮切作凡匀雜米末另用去

皮菉豆或去皮小豆並米層層納於甑中蒸之如常蒸餅法食之加青太尤美○引絶餅凡粘米或半有粘性或雜粳米皆不用擇取好粘米以温水浸之逐日換水過四五日漉出甑内爛蒸板上數打百下切作尺餘大餅片以大豆末為衣収貯經宿冷堅以刀削下小菽子大慢火上頻頻轉灸待欲嗔脹點蜜食之宜冬月○栗糕乾栗作末三分之二加糯米粉拌潤甑内蒸熟食之○香艾團子糯米末三升香艾精揀水洗帶温和糯末二升臼内爛搗取出作片湯水烹出投糯末一升中打作餅而以蜜栗為胎又投湯水中烹起塗以純蜜熟栗屑為衣或栢子屑或芝麻屑無所不宜春初時食○杜鵑花煎薔薇花煎菊花

煎皆以蜜栗爲胎浮油煎之用粘米爲之○杏餅桃餅桃子杏子取爛熟者劈去核甑內蒸熟於馬尾篩上取汁另用粳米作末或和桃汁或和杏汁令十分拌勻晒乾油紙帒收貯冬月更作末篩下以去皮豆類爲層甑內蒸食則桃杏之氣藹口如新此餅點蒸棗栗之屬亦佳○火餅木麥細末篩下調水成調粥用眞木熾火庭中待無烟氣以其粥汁急潑火上則粥汁自然焦乾成餅即取起以刀刮去灰塵及焦黑者只取黃熟者點蜜食之甚美此是峽氓之餅也○大麥餅取未熟麥粒爛搗添水篩下停久去水取濁汁作松餅甚美(少和粳米末無妨)○松皮餅四五月間取松枝嫩皮以刀刮淨麁皮取白皮細細裂之沉水數日

控起以南草塗灰或明花焼灰多拌於松皮下釜中水爛煮取出又浄水洗之經二三日退去灰氣又以手細裂之白米作末和松皮裝入甑肉爛蒸然後取出板上十分猛打數百下作餅而退灰氣之時必頻換水浸之方好（明花草即俗名焼灰猛甚可用）○凡蒸甑餅法如用白米一斗則隔層頻初不入鹽裝入甑内蒸之待氣方上時白鹽和一椀半水令鹹味適宜取清去滓白晒甑内則味好而餅亦有粘氣亦無難熟之慮矣○木麥麵木麥取米作末水飛鋪布上晒乾一斗去皮菉豆二升作末如常法細板壓作白麵味勝或作末搜水刀切作麵亦佳○葛粉麵葛粉和菉末作絲麵（即昌麵水麵之類）能解渴（葛粉出杆城者最好出水石中者尤佳）○昌麵菉末

冷水調作稀糊半鍾子許傾入鍮量盆中沸湯上盪之則薄薄凝熟如紙取投冷水中又取起以利刀打切汁用調蜜五味子汁或用蜜葡杖汁尤佳（葡杖即毛竹出此道）○絲麵菉末冷水調之另用瓠瓢亂穿作錐子穴擧於熱湯上注菉末汁於瓢內則其汁流下各孔細細盤入於熱湯中成麪矣即取投冷水中其細欲與髮同擧瓢須高之汁法上同（俗稱水麪 或稱絲麪）菉末延杏仁則爛不能作索○山藷麵山藷去皮薄切晒乾簸中搗爲粉篩如常法作麵食之加酥蜜爲醇麵尤佳○楓嶽石茸餅法表訓寺僧細舂瞿麥（此則石竹花子非也 似是耳麥之誤也）以篩篩之百匝然後調蜜水並雜石茸蒸於鍮甑其味絕佳○餛飩餅木麥米細作末調蜜水如稠

粥納陶缸中堅封口埋糠火待蜜水自乾然後取出味甚甘美或以匙切出如松餠樣以炒芝麻屑爲衣食之尤佳○小麥麪小麥磨出新磨石中入細石屑者有毒不可食且此麪性熱有毒甚損人蘿葍同食制之

茶湯諸品○東國無名茶只有雀舌一品凡煎茶法須用有焰炭火滾起便以冷水點住同再滾起再點如此三次色味皆佳湯不欲老老則過苦聲如澗水松風不宜遽瀹惟移瓶去火少得其沸止而瀹之方爲合節○杞菊茶用野菊花一兩枸杞子四兩茶芽(卽雀舌)五兩芝麻半升同研爲細末篩過如喫時一匙入盞少許香油不拘多少以一滾沸湯調服○枸杞茶秋深摘紅

枸杞子同乾麵拌和成劑捍作餅樣晒乾研為細末每茶一兩
入枸杞末二兩和勻入香油旋添湯攪成稠膏子用塩少許入
鍋煎熟飲之甚有益明目○溫棗湯大棗去核用水煮汁生薑
汁和蜜同將三味調勻入磁罐內攪令稀調得所每盞排一大
匙沸湯點服○水芝湯乾蓮實一斤帶皮炒極燥搗為細末粉
甘草一兩微炒為細末每二兩入塩少許沸湯點服凡蓮子黑
皮堅硬氣澁皮並心住精世人難於作末而棄之良可惜也此
湯夜坐氣乏時飲一盞大能補虛助氣○杏酪湯杏仁三兩半
去仁推浸百沸湯蓋定候冷如是五度掐去皮尖入砂盆內細研
次用好蜜一斤煉至二三沸着涌撥退候半冷旋傾入杏泥又

研和勻每用沸湯點服○鳳髓湯栢子仁胡桃肉湯浸去皮等分研爛次入好蜜和勻沸湯點服○清泉白石茶用胡桃栢子肉和眞粉成小塊如石狀置茶中○梅花茶臘月後用竹刀取半開梅花蘂上下蘸以蠟投蜜缶中夏天以熱湯就盞泡之花卽綻清香可愛○菊花茶甘菊花半開時摘下剝去青蔕之皮用甘泉烹過和蜜飮之佳菊已開者去蔕皮以蜜拌濕之蒸出蕊末中投沸湯暫焯過取出又投蜜水中散栢子仁飮之○柚子茶生柚子好梨細剉如菜投蜜水中散栢子仁飮之宜酒渴柚子皮剉之其仁分破囊以完固投之○葡萄茶葡萄及爛梨비믈同擂碎取汁火入生薑自然汁白蜜和百沸湯候冷傾入三升調勻飮之味絶

矣若冷飮則易致嗽(山葡萄生梨亦可用)浮栢子仁○山楂茶用山楂煎蜜水調飮浮栢子(煎法見下)○薑竹茶竹瀝不拘多少和薑汁好蜜飮之則善降膈痰此茶入瓶經重湯味佳○薑橘茶橘紅三錢生薑五片雀舌茶一錢同煎○如煎茶和蜜飮之善開食積痰滯而不可長服○當歸茶立春後取窖中所養當歸莖以刀切三分許投微溫蜜水中浮栢子飮之淸香甚矣○筍茶四月間取未開嫩筍投蜜調五味子水浮栢子飮之○荊芥茶取穗葉滾湯煎去滓飮之淸利頭目○紫蘇茶夏月取紫蘇用紙隔焙不得翻動候香以百沸湯入瓶將葉投入密封瓶口須熱飮○菉豆茶菉豆暫烹取水和蜜飮之色綠味淸解胃熱○梅子茶

烏梅肉作細末另用好蜜煉去沸沫入梅末調勻如稀糊磁缸收貯暑月和水飲之解渴可代醍醐湯一方梅子末入蜜煉四五沸收入缸中取用之

煎油蜜果煎蜜果菜飴餹諸品○凡煎果子酸者用熱湯化朴硝放冷浸去酸味軟嫩者只煉蜜放冷澆在果子上淹一宿其酸味自去漉出滷過控乾再先煉熟蜜復入煎五七沸放冷再入舊蜜內煎如琥珀色去蜜置器中煎時須用石磁等銚為佳○又法以半蜜半水煮十數沸煮熟控乾別換純蜜入砂石銚內用文武火再煮取其色明透為度入新甕盛貯時復看覷纔覺蜜酸急以新蜜煉熟易之○煎油蜜藥果法真麵一斗用好清一升真油八合春夏則損用油八合以急手搜勻亦勿久等恐膠生不軟

須輕輕捍開(홍독기로 미러)略厚五六分許即拉合更捍大小隨意方切另用眞油三升注平底水鐵鐺中旋下藥果以柴火煮之以煮匙隨煮隨反令不貼鐺底焦黑煎至藥果自浮以煮匙信手反轉亦至浮上已十分熟矣然後以煮匙取出納於三升好蜜中此是汁清也(清須先煉過)用手漬清而藥果有欲碎形亦以汁清漬之待清盡入而出置平盤上風之則自堅矣栢子末五合胡椒末一合桂末三合爲合劑時物料則極佳或加炒芝麻二合許好(此是水原府法)○饅頭果用造藥果餘劑如作松餅樣子另以棗肉乾柿等物爲胎油煎漬清法上同以栢子末糝之佳○乾果茶食乾果作末和蜜木板印出如無乾果生果薄薄飛削晒極乾

碎作細末用尤佳○松花茶食松花開即飛落難收待欲開時
連枝折下布淨席晒之取自落花水飛晒乾用造法上同味甚
香美○胡麻茶食黑枝麻子九蒸九晒挼去벗기다粗皮色青白
炒香搗篩爲末造法上同明目延年○雜果茶食乾柿乾栗棗
肉水煮去核胡桃肉水浸去皮四味柁雞肉同搗爛造法上同或晒乾儲
之以備荒歲一名防儉餅○杏煎杏子一百箇塩半斤淹三日
出晒半乾冷水洗過晒乾去核以熟蜜三斤浸之晒以蜜乾爲
度○桃煎桃子一百箇去皮核切作片子先以蜜熬去酸水然
後另用蜜煎撈出晒冷水之○櫻桃煎每櫻桃一斗入蜜二升
爲率用鐺少濯水沸之洗淨櫻投其中又沸一次則櫻盡爛水

微紅以其水並櫻桃於篩上接去取汁狀如豆粥和之以蜜復入鐺慢火煮之如飴以眞油塗器内貯煮櫻其中以水浸冷每割用亦以油染之○木果煎先用蜜水相反於石器内慢火熬穠過次將木果去皮剔核取淨肉切作方寸大薄皮入蜜同煎如滾起泛沫旋旋掠去煎二三時嘗味如酸入蜜須要甜酸得中用匙挑出放冷器内候冷再挑起其蜜稠硬如綠不斷爲度若火緊則焦味又不佳但慢火爲佳又俗方木果取肉蒸熟接篩取汁和蜜食亦好○蓮藕煎初秋取新嫩者沸湯焯過半熟去皮切作條或作片浸鹽汁一大椀候冷浸一時許漉出控乾用蜜六兩浸去滷水간믈別以蜜十兩慢火煎令琥珀色放冷收之俗法取藕任意切之

蜜水相反慢水熬之汁將盡乾另添純蜜熬之時時掠去泛沫

此方亦好本法切藕盛竹篩曬內合蓋略蒸取出蜜煎如前方佳○生薑煎秋社前取嫩

芽薑以刀刮皮去切作廣片要厚一分許投鑵水中以慢火煎

去辣味換水數三次煎之直待辣味之減去十之八九然後取

出另用蜜水相合煎薑火亦要慢以汁盡為度又煉蜜下之○

冬果正果十月取經霜老冬苽去青皮以延青邊肉切作片子沸

湯焯過放冷以石灰湯浸四宿又洗水三四日去灰水同蜜水

於砂銚內煎熟下冬苽片子煎四五沸去蜜水別入純蜜同熬

候冬苽色皆微黃為度磁器內收貯候極冷方可蓋覆○竹笋

煎竹笋和殼煮七分熟去殼隨意切之用蜜浸一時許漉乾却

用蜜煎滾掠淨入笋拌白磁器內收貯久留不壞○桔梗煎二
月揀均大者以米泔水浸去皮及爛者水煮去苦味取出用蜜
慢火煎蜜盡爲度再用蜜浸日中晒乾蜜爲度以磁器盛貯再
爛蜜添○山葡萄煎取爛熟者甑內蒸過乾之以蜜水相半慢
火煎乾另入煉蜜熬成○獼猴桃煎法上同(듣의)○蒟杖子煎法
上同(듣주)○棗爛法栗爛法蜜水相半煎以水乾爲度(棗則水潤 栗則先煎
熟然後 作爛法)又棗爛法水浸潤透甑內蒸之以手拈去核代納柏子
還封口○造飴餹法(諸米皆可作惟 糯米作者入藥)以糯米作稠粥候冷入麥
芽末候熟取清再熬如琥珀色者謂之膠飴可入藥其摩之而
色白堅剛者謂之飴餹合胡椒乾薑等末及炒芝麻物料只可

喫之而已○俗方以大米一斗炊飯仍置鼎內柔熟入麥芽末略一升三四合許入溫水三瓶許還覆鼎盖盛糠火於鼎底使不至冷半日後飯和爲水只有米皮仍以布絞下米水於鼎內再熬成餹熬時安甑鼎內以防沸溢又法安缸熱埃工以飯如法下溫水麥芽調匀以被塞缸待米消取汁熬之○造淸法秫米찰기장笸一斗淨洗爛蒸及其未冷以冷水二瓶麥芽末二升和匀入缸初昏釀置日短則鷄初鳴出日長則平明出盛細布如漉酒倒淸入大棗去核四合㶚煎入砂缸稀稠同蜜狀堅封缸口覆以桄屬地埋三十日而出則成好品白淸

菜蔬諸品○竹笋竹笋實蔬食奇品而若作羹作脯皆失眞性煨

剝最良煨熟啖之甘美不可言○煑新笋法以沸湯煎則熟而脆味尤美若蔫(陳也)者少入薄荷同煮則不蔫與肉同煮不用薄荷其笋亦鮮○竹笋鹽漉令極醎至十月間取出浸水退鹽投蘿蔔凍漉菹中亦佳○竹笋或煨或煮去皮隨意切作薄片作醋菜而以石茸蘑菰薑葱胡椒栢子之類爲物料○竹笋蒸以煮笋切入軟鷄蒸中而食之○竹笋酥熟切作片子沸湯略焯過控乾另用薑葱川椒等物料及麪末研爛並鹽拌勻同淹一時食之○熟笋並牛肉作汁散炙亦好○熟笋同物料粳米飯麥芽末作食醢如常法亦可食(入油鹽)○蒲笋酢法三月取生者一斤寸截沸湯焯過布裹壓乾入物料及熟油粳米飯麥芽拌

白入磁器內一宿可食本方無麥芽有紅麴○蔔梢酢法四月採取生者
寸截沸湯焯過鹽醃去水蔥油少許薑橘等物料粳米飯紅麴
研細拌白荷葉包隔宿食之麴代麥芽似可○薝蔔即梔子花四月採嫩花
作鮓極香美○茄子蒜茄法深秋摘小茄兒去蒂揩淨用醋一
椀水一椀合和煎微沸將茄焯過控乾搗蒜并鹽拌白納磁罐
中○小嫩茄切作條不用洗晒乾多着油鍋內加鹽炒熟入磁
盆中攤開候冷用乾芥末拌和收入於磁罐中此則芥末茄法○醬茄
法霜降摘下小小茄子加鹽數日控起摘下滷汁另用味甘清
醬入肉煉過後投茄子於醬中數日食之○茄爛法取大茄子
水茄不必用裂三面而不許兩頭各分以刀略剜肉穰另用牛肉猪雉

鷄肉亦可多洗去血加物料及真末少許和合爛搗塡滿茄腹以絲繞縛下醬水中煮之而必以所餘物料和作汁更少加真末待熟食之○沉冬月茄葅法茄子初經霜則味必甘矣即摘下去蔕及承茄皮剥先用百沸湯放冷和鹽令淡醎以茄子裝入小甕內用水磨石壓之覆蒻葉封甕口盖瓮埋地待臘取出裂之澆蜜食之味清美如欲色紅同納鷄冠花不必用水茄子○又法先取芋莖토ᄃᆡ切作三寸長糝鹽半日絞去鹽水又加鹽如前絞去殺其生氣又加鹽取茄子去蔕拭淨納小甕中以前加鹽芋莖覆之多取鷄冠納之全不加水置陰處凍時則置不凍處冬月取茄色紅可愛方雖曰全不加水理似不然當試○夏月沉茄葅法摘下水茄子

拭淨切去大蔕勿去承茄蔕有破者一並去之只揀完者另以百沸湯淡和盐候冷又取大蒜磨汁和於盐水中攉下缸内以茄子安排停當而令水浸過茄子數日食之俗法以刀剖開茄腹三面抑蒜尼泥塡如此則茄水盡滿不美矣○糟茄法七八月間揀嫩茄去蔕用沸湯候冷和糟盐拌茄壜箬葉札口泥封○凡茄子作菜作炙皆好欲生喫者必用陳久石花盤加其上而食之則爲佳品安酒○冬瓜蒜法冬瓜揀大者留至冬至前後削去皮瓤切如一指濶條以白礬石灰煎湯焯過漉出控乾每斤用盐二兩蒜瓣三兩同搗碎拌勻裝入磁器内添熬過好醋浸之○俗方老冬瓜削去皮瓤只取堅肉切方寸許厚二分

許委形圓略加鹽待半晌以水洗去鹽乾淨添油煮出候冷多
可好醋碎蒜磁器收貯或不用蒜醋只澆醋醬所調芥汁不泄
氣收貯○又法冬瓜煎油如上法薑葱蒜細切於缸內並冬瓜
層疊收貯灌以好醋美清醬令浸過其上堅其封蓋埋地中明
年二三月取食其味絶佳○老冬瓜削去皮瓤只取堅肉半手
掌大用利刀薄薄劃下如紙加鹽去津令柔絞去滷汁另用牛
肉或猪雉鷄肉和物料以刀十分爛擣油醬炒熟取出略略包
卷於冬瓜片每五六片以竹簽作串安於竹篩上蒸出別用醬
水下用餘物料調之少加真末作肉汁浸串其中而食之○冬
瓜煎法兒冬瓜團團切下加鹽待半時許添油煎出滴好醋加

薑蒜絲味美○冬苽羹法中冬苽以刀刮去粗皮又去瓤切如栗子大入肥牛肉用白蝦鹽汁添水令鹹淡得宜煮作羹甚美（牛肉必帶白脂方好）○冬苽菹只取中冬苽肉切一寸許薄作片如常法沈淡菹欲終入鷄冠花又加薑葱○菘沈菹法菘經一霜即取如常法作淡菹藏甕封蓋埋地中令勿泄氣至明春發見則其色如新味亦清爽○菘蒸如魚肉皆美而加乾蝦肉尤美○菘芥法取經霜菘洗淨切二寸許乘其生氣納熱釜中添油急炒火時取出候冷納磁缸中以醋醬芥汁灌之勿泄氣堅封（同納冬苽蒜煎亦可）○黄苽蒜法取未老黄苽去蒂揩淨用醋一椀水一椀合和煎微沸將苽焯過控乾搗蒜並鹽拌匀納磁缸中○黄苽

爛法老苽去皮以刀劃腹三面略去瓤另用牛肉多洗去血加物料爛擣以和真末填滿苽腹下醬水煮之納肉料餘物少和眞末作汁食之○黃苽淡葅法取未老苽去蔕洗淨以刀劃三面入蠻椒少許又拌蒜片四五片用百沸湯入鹽稍極熱而灌之(苽先入缸中)缸中堅封翌日可食○龍仁淡苽葅法未老黃苽百箇摘去蔕揀去破傷者用味甘冷水和鹽要淡先以苽洗淨納淨缸中即下鹽水浸之明日又取苽出令在上者反在下在下者反在上而必細心揀去皮傷者又明日亦如此反轉連七七次不止味佳欲豫經冬葅須待收麥後種苽取子令味稍鹹正月間取食時割苽兩頭浸水退鹽食之好○黃苽鹹葅法取未

老茄洗淨另用薑蒜蠻椒韭葉葱白等物細細剉切用淨缸先下茄子一層次下物料一層至茄盡乃止用百沸湯和鹽稍醎乘熱灌缸中以獨葉塞住封蓋翌日食之此是夏月法醎菹欲經冬者必收晚茄可矣物料同上不必用百沸湯用冷水和鹽甚醎無妨○黃茄熟菹法收晚茄水烹至熟取出候冷納缸加鹽令極醎待十月末沉蘿蔔凍菹時始取起熟茄用冷水浸之令盡退醎氣然後投入蘿蔔凍菹中待味入食之可供無齒牙老人○黃茄芥菜法取老黃茄削去皮瓤只取白肉刀切作絲和鹽少頃用水絞去鹽汁和醋醬芥汁○糟黃茄法用石灰白礬煎湯冷浸一伏時用酒泡糟鹽入銅錢百餘文拌勻淹十日取出

控乾別捩糟鹽酒再拌入壜收貯箬葉札口泥封候熟而取食之○黃芥未老者同洗汁醬中或洗醬甕中或鹽淹取出投蝦醢汁中皆可為雜用好饌○醋薑八月取嫩薑炒鹽淹一宿用原滷入釀醋同煎數沸候冷入缸箬葉札口泥封○糟薑社前取嫩薑去蘆擦淨用酒和醋鹽拌勻入磁壜中上砂糖一塊箬葉札口泥封七月可食之○薑鬚菹先用蔓菁根或蘿蔔根以利刀薄薄飛削同嫩葱作淡菹時同入薑鬚待熟食之清烈無比又十月同入蘿蔔凍菹中則尤奇薑芽亦美○蔓菁菹取根只可飛削作淡菹一時食之不可作經冬之饌品○蔓菁蒸取根葉洗淨以醬水蒸如常法而加魚肉無所不可加乾蝦屑尤美此

菜每飯必同喫則善防土疾○蘿葍凍沈葅秋末冬初待天甚凉冷收軟根蘿葍大如刀柄者以刀刮其皮洗淨納甕以百沸湯候冷和鹽淡之灌下甕中以藁草包甕埋地先以未老黃瓜軟茄子摘露根松茸之屬各隨其時而浸鹽水令極醎至此皆取起浸冷水退去鹽氣又取生薑葱白青角及去目川椒並茄瓜之屬同沈於埋地甕中堅封掩土待熟出用味絶美恐令人過喫生痰嗽慎之茄子藏灰取用法見上○沈蘿葍醎葅法初霜後取蘿葍根葉洗淨另取蠻椒嫩實蔓菁葉此則露冷時先作醎葅至此合沈之青角未老黃瓜南瓜如小兒拳者並葉下嫩蔓菁蔓則必去皮縧秋芥蔓菁葉及冬瓜切勿去皮切如手掌大際冬後待熟臨食去皮色白可愛川椒韭菜之類一時同沈而多磨

大蒜取汁與蘿蔔及雜物下甕之時層層間隔臼入蒜汁然後堅封埋於地中如前法到臘月取食則絶美勿泄氣可以至春矣並沈芥葉及兒茄子亦好○蘿蔔熟菜法秋間取根去葉以刀刮皮大者劈中分用牛肉洗淨去血或雉或肥鵰鷄去腸肚洗淨取蘿蔔根並肉下釜多灌水爛煮水半縮始下甘醬又煮之水將盡縮取出牛肉不用只取雉肉爛搗作屑並細切薑葱等物料拌蘿蔔而勿令破損煮爛時取出糝胡椒末候冷食之

○蘿蔔黃芽菹正月取土窖中所藏根萠下黃芽並兒削蘿蔔根生葱作淡菹食之令人頓生春意○葱立春後取窖中養芽黃葱作串於簽以刀背微搗平之甘醬水和真末作汁塗炙滴

好醋食之則亦生春意秋葱作灸不佳○淹韭菜法霜前揀肥
韭無黄稍者淨洗控乾於磁器内鋪韭一層糝塩一層淹二三
日翻數次裝入磁罐用元滷加香油少許拌匀收貯○淹韭花
法取花半結子時摘去蒂梗毎斤用塩三两同搗爛收磁器中
或取韭花中淹小黄瓜小茄児別用塩淹去水待一二日入韭
花拌匀收貯瓶用銅銭先炒○韭菜春月尤佳剪葉略焯沸湯
加油醬醋食之○醋蒜法蒜一斤石灰湯焯過凉乾塩三錢醃
一宿漉出再晾乾用塩七錢炒乾以頭醋投入炒塩内煎一二
沸候冷入罐泥封經年不壞○糟蒜法蒜一斤石灰湯煠過晾
去水乾塩一两五錢糟一斤半拌匀入罐内泥封两月後可食

○蒜薹炙法마늘종五月取軟蒜薹略焯沸湯控乾刀切數寸許作串以油醬水眞末汁塗炙食之間肉作串尤美一云焯過水沉一宿去臭作炙好○芋俗稱土卵只可作羹八九月收根以刀刮粗皮投熱釜以添油急炒火時下油醬煎之易爛宜肥鷄○芋羹莖곤대作羹甚美○芋莖本데가비作羹亦好○芋葉嫩者摘取陰乾冬月沸湯焯過可以裹飯○芋卵爛者篩下取汁和好蜜再煮三四沸可代正果○香蒲葅法卽蒲黃苗作法見上酥卽醢也春初生嫩茸啖之甘脆大美作葅如常法養生書曰蒲笋作葅甚佳○山芥葅法先用蔓菁根或蘿葍以利刀飛削作淡葅俗云나박김치置溫處一二日待熱取山芥揀精不必去根以水洗淨則於缸器熟於釜中熱

水其熱以入水不爛傷爲度注澆三四次因以其水並芥納於缸中水則量宜灌淹
可也多噓口氣於缸內以重紙密封缸口又以蓋合定必不泄氣
置於溫堗以衣被覆之半時許取出候冷和合於先造菁葅之
中加味甘煉清醬食之則辣味少減清爽甚美若就罩洗山芥
和醬食之則太辣反少味矣每取用後即密掩缸勿令泄氣風
入味變苦先洗青葅葅必入蘿蔓芽及蔔白等物○萵苣薹菜부루동取嫩薹水煮
熟去皮切一寸許加油醬熟釜炒熟食石耳蘑菰眞簟蕈栢子
等物爲物料○匏菜法取甘而未老者去皮瓤沸湯焯過絞去
水氣和油鹽食切長一寸許廣四分許○紫蔥五六月採根剝
去外皮投煉清醬中喫之無臭爲佳饌○芹取四月軟莖沸湯

焯過不切可蘸椒醬食○芥羹入道味魚或廣魚秀魚同煮好
蒸食亦可○芥鹹葅必與嫩菘春蘿葍同沈可加細蔥○芥葅春
芥必鱗次下種旋旋摘下軟莖作鹹淡葅皆佳秋芥作冬葅○
冬葵只可作羹連葉折軟莖去皮下醬爛煮加乾蝦屑尤美○
又芥菜沸湯建軟莖葉焯過入醋醬○首蓿菜取未生芽之根
沸湯焯令七八分熟加油鹽○當歸莖窨中黃芽生啖或作羹
或同入蘿葍淡葅中無處不佳夏月山中生者取葉塗油醬水
挼所調眞末汁作羹亦美○羊蹄菜春初摘新生者同青魚作
羹味佳秋取老葉編掛陰乾冬間沸湯焯過去脊莖水沈一日
絞去水加肉作羹好又正月間取窨中嫩莖沸湯略焯過浸水

一日去微酸氣加肉作羹味美○木頭菜有真假取真者煮熟
浸水半日絞去水氣用醋醬或油鹽作羹皆佳或間肉品作串
以油醬水真末汁塗作炙甚美(此木無刺者爲真)○萱取春初嫩芽作
羹作菜皆佳○黃花菜(一名莞草又稱皆々是狀如萱種別)六七月間花方盛去
花鬚淨水微煎一沸和醋食之柔滑踈淡味奇○朮芽取嫩芽
加肉作羹甚美○枸杞折嫩莖沸湯焯過和醋醬作佳菜○菊
大甘菊花帶濕拌蕎末經微沸湯中取出加栢子石茸等料用
醋醬作菜佳嫩笋作菜(同枸杞法)○松茸同雞肉作羹或作串塗油
醬作炙至半熟而食之即菜中仙品小麥熟時雜木下生假松
茸亦有松氣可食○真茸生者熱釜滴油急炒待油盡入和肉

品下油醬煮作羹若乾者水潤可用○菌蕈取無毒者多下油炒作羹法上同○凡新春百菜皆無毒沸湯焯過爲菜而以新泥淡水醬和食美○沙參桔梗佐飯法取兩菜根刮去皮爛搗臼中浸水時時換水去盡苦味然後蒸熟取出以甘清醬香油胡椒川椒薑葱等相合以手揉爛貯器經宿晒乾每取用之時更和塗香油若干作炙而食之美○青角佐飯法（卽海菜）取乾青角切三分許浸水候潤取起絞去水氣另用好清醬入肉煉過以青角投熱釜中添香油炒之待油透入更以其煉過醬及香油旋滴旋炒不必有汁即取出貯器取用（炒時加薑葱既炒出點胡椒亦佳）○造紅花子法取子淘去浮者臼內搗碎入湯浥汁更搗更煎汁

鍋內沸入醋點綃之似肥肉入素食極珍美○酥杏仁法杏仁去皮尖雙仁浸溫水數日去毒取出以香油煠焦色變為度候冷食極脆美投煉清醬食之則為好佐飯孕婦忌食○胡桃佐飯法上同○煎川椒法粘米作末和清醬打之如餅裹以布袱懸蒸於鼎內取出就板上用木杵且攪且磨良久以川椒末晒合又拌又打磨杵作小索狀以刀切之大如雙陸骨子晒令極乾布乾熱塊亦可然後投香油鼎中煎之則團團而起又法以去目完川椒一粒安骨子中晒乾油煎令起之亦得○蒸乾菜法三四月間將大簾好菜洗淨略乾入沸湯中揉五六分熟晒乾用鹽醬花椒同煎極熟又晒乾再蒸陀時以磁器收貯用時看香油

入醋飯上蒸食之○遊山蒸松茸方新採松茸以櫟葉包百匝取積枯柴燒於火中待櫟葉將燒盡然後取出松茸點鹽醬食之甚美（一方以南苽葉捲茸淨之又以其葉包之外裹黃泥柴火熟拌油鹽）○遊山蒸蕨方取石廣而薄者六片就地上立作石函樣即折取肥蕨排立於石函中令滿乃取用雌雉（無則肥雌鷄亦可用）去腸毛洗淨倒掛於蕨內以石蓋定於外以黃泥厚封之令無隙多積乾柴於其上用火燒之過一二時辰取雉蕨出候冷用醋醬點而食之味極佳○凡醃苽菜宜初一初二初七初九十一十三十五日忌初五十四二十三日（醃肉作脯忌宜上同）

醬諸品○醬者將也爲百味之將人家醬味不好則雖有佳菜美

肉難以治膳矣且村野之人得肉不易如有各種美醬飯饌可以無憂爲家長者須先留意沈醬以爲陳陳取用之道可也○造醬吉日丁卯諸吉神日正月雨水日及立冬日三伏內黃道日浸豆黃道日拌蒸○三伏日合醬不生虫○日未出及日未沒下醬不引蠅子○晦日造牆下面灶啣枚不語合醬則虫不生○所忌辛日水日忌造生虫又忌水痕日大月初一初七十一十七廿三三十日小月初三初七十二二十六日○黃道日浸蒸時忌見婦人則無虫○面太歲造醬無虫○造醬無虫方草烏바곳불휘六七箇切作四片垺尾蛆自死永不再生又方加百部根尤妙揉作撒一○備尾凡尾七月坯爲上八月次餘月下要厚不宜薄凡磁尾不好無問大小市

買者先覆地上用藁草包火待烟起即納甕口仍以覆之細視甕外一周如有泌穴則烟輒透出矣須於無風處試之可也若灌水甕中試尋泌穴難驗甕果無隙穴者先即塗治勿使盛水未塗遇雨亦惡○塗法掘地爲小圓坑傍開兩道以引風火生熾炭火於坑中合甕口於坑上而熏之火盛喜破火微難熱務令調適乃可數以水摸之熱灼入手便下寫熱脂於甕中回轉濁流極令周匝脂不復滲乃止牛羊脂爲第一猪脂亦得黃蠟甚佳價貴用松脂亦可以熱湯數斗著甕中滌洗之瀉却滿盛冷水數日便中用時更洗淨日曝令乾○取用曾經多年醬甕亦好○擇水取甘泉百沸大釜中如法和鹽候冷漉去滓造醬

或云塩水経一夜煎用之則雖能尸氣味不變隆冬盛暑其味亦變矣◯臘雪水造醬不生虫味亦佳臘月中取雪納藁篅限五六十石積置陰處春初有破融之鄰安大甕於房內取其雪塡甕中隨消隨塡而春夕暴寒恐破甕必以藁草裹護且令房內常溫可矣○塩水沸過泥醬則可以防生虫矣◯塩品鐵釜煮成者味苦不用須用土盆所煮者而大海中所出滷氣太早不佳惟海邊通長浦處深入煮出者脚油不粗其味醎而甘可以造醬◯凡造醬塩深置密庫要避南風恐消費須用數月積置盡去滷汁者方佳◯塩自鐵釜中及大海中所出煮者以水漬令微濕作木方機踏蹵如造麯樣厚裹藁草以火燒過則其堅如石復碎臼中和水造醬則滷氣去而味必勝矣◯一法鐵塩日晒夜露凡十許日然後泥醬醬味方甘矣◯造豉法俗稱末醬又曰燻造卽今

之叉며 先就地高燥處掘長渠如馬槽狀深纔尺許渠之四面分
開水道以空䈥編芀之屬鋪渠中大豆不拘多少淘去沙石浸
一宿漉出入大釜中下水爛煮至十分熟經宿取出臼中爛擣
如泥手磨作團大如中西瓜以大刀劈分兩片每片又以刀橫
切則形如半月厚爲一寸餘即鱗鱗布安於渠中空䈥上另以
空䈥芀草之屬厚蓋之令不透風遇雨則致片發自蒸矣待上
衣去蓋翻轉一次而還蓋之如此者凡八九次則自然延至數
十日幾盡乾正始取起晒乾造醬依此法然後造醬可以經年
陳久味亦如好矣今見鄉村每團作塊蒸乾於房內故塊中終
不善乾造醬多失味又不能作陳醬矣○秋間以新太造致如

鄉村法明春浸淡水醬甚佳○別醬法家造末醬乾正作末肉入生牛肉以利刀爛搗如泥又加香油生薑葱蠻椒枯椒胡桃又以清美醬和水交合如稠粥都入砂缸封以油紙盖以砂大楪埋糠火中而燒之今日卯時埋之翌日卯時出用之味極美○沉醬法以水洗淨末醬先下瓮中次下塩水而每末醬一斗塩六七升水一桶爲率盖秋冬塩少無妨春夏塩多方好塩水令稍高於末醬而晒之觀其水縮更加塩水以極乾末醬限瓮口沉之則及其潤脹之時恐有瓮拆之慮故先用竹橦瓮腹上下沉醬亦不可滿於瓮口○沉醬時物料雜法沙蔘桔梗去皮晒乾搗末篩下盛於浸水去苦味絞去水氣納布囊同沉醬內

味勝沈醬又法二味生擣浸水去苦味絞之作團微晒同沈○

生蠏揭背取黃另置以其全體臼中爛擣篩下取髓汁並另置

黃合蒸過入缶沈醬內味甚美○乾大小蝦擣末缶盛入醬內

味絕美取牛臂肉一塊納醬瓮下則醬味甚美肉味亦甚美○

豆腐堅壓去水盛囊並沈○入卵法見下○醬忌造致時極忌

淹穢尤忌尸氣○沈醬時外人忌之尤忌往来尸側人見之則

人家醬園皆設屋後僻處園設門封鎖之○安瓮園內延處須

斫去果木恐小兒擲瓦破瓮又不可延墻安瓮恐墻倒乘瓮亦

須翦去雜木令勿厚蔭瓮下每鋤亂草防蛇虫之伏藏必以向

南取陽爲主○取清醬法用中缸安於醬瓮邊待醬十分熟以

手掘醬甕之中作井以鍮曲匙日日酌出清醬分貯於中缸之
內而晒之另用沸湯量宜和塩灌下大甕中則非久再成清醬
味亦可食若大甕內況餘盛物料則恐味變勿用灌塩水之法
○救醬失味法取雹(무릐)一二升入甕中即如本味○凡醬甕夜
必去盖入霜雪則好○沉魚肉醬法大豆十分淨淘如法造末
醬且塩備佳品水亦沸候冷皆如法用好完甕先埋地中另用
肥牛肉去脂膜十餘斤(獐肉或羊兎肉亦可)雉十首去尾及腸肚鷄十首
治亦如雉(鵝鴨鴈皆可用)用完不必劉分牛肚(膍也)牛心及秀魚道味魚
廣魚民魚石魚真魚之屬皆去腸鱗頭略晒令無水氣鰱魴魚
大口魚亦無不可大小八梢魚投沸湯令半熟取出生鰒生紅

蛤蛒加鹽待透入洗乾然後先以肉品安於甕底次以魚品安之又雉鷄安之必以與末醬間層排下乃下鹽水如前方而每末醬一斗以鹽七升爲率安頓既訖藁草厚擁甕身以油紙封甕口蓋以尾盆亦覆以藁即掩土埋地切勿令雨水滲入周年然後開用則味美無比所入之品無物不可至於蝦蟹及鷄鴨卵之屬皆可入之川椒生薑豆腐亦可入○又法獐肉羊兎肉去筋膜四斤醬麴一斤半擣細鹽一斤一日四兩葱白細切一椀良薑川椒右件用酒拌匀如稠粥小甕盛封十餘日覰稠時再入酒淡時加鹽用泥封固日中晒之○生薑醬法三伏中不拘黃黑豆揀淨水浸一宿漉出入鍋煮令熟爛取出攤令極冷多用

白麪拌勻攤在蘆席上用麥稭蒼耳葉罨一日發熱二日作黃
衣三日後翻轉烈日晒乾愈晒愈好黃子一斤用鹽四兩滿率
汲井華水下水高黃子一拳晒之不犯生水麪多好醬黃晒多
好醬味○熟黃醬法黃黑豆揀淨炒熟磨成細末每豆末一斗
麪一二斗入湯和勻切作片子蒸熟攤在蘆席上用麥稭蒼耳
葉罨待有黃衣烈日晒乾黃子一斤用鹽五兩井華水下水高
一拳晒之○麪醬法白麪冷水和作硬劑切作一指厚片子籠
內爛蒸熟攤晒半日候乾以楮葉蒼耳麥稭罨蓋至黃白衣上
勻為度去蓋物翻轉至此日晒乾刷去黃搗碎每斤用鹽四兩
煎湯泡鹽作水下之一法用貫衆煎湯泡鹽作水下之○大麥

醬法黑豆五斗炒熟水浸半日並浸水入鍋煮令爛傾出候冷
以大麥麵百斤拌白以篩篩下麪用煮豆汁和捜作劑切作大
片上甑蒸熟取出攤冷以楮葉罨蓋候黃衣上汁乾再晒擣碎
揀丁日或火日下之每黃子一斗用塩二升井華水八升化塩
入缸晒之○榆仁醬法此醬能助肺殺諸虫下氣榆仁淘淨浸一伏時揉洗
去浮皮再以布袋盛寬於水中揣洗去涎控乾以蓼汁拌濕同
晒乾如此七次同發過麪麴依造麵醬法用塩下之每用榆仁
一升過麪麴四斤塩一升如法製之食甚香味○小豆醬法正
月取小豆蒸爛冷定團成餅盒出黃衣穿掛當風至三四日內
用大豆炒過磨去皮簸淨煮熟撈出每小豆黃子一斗熟豆十

斗周盛四十餘斤拌匀擣爛入瓮每日攪動曬過七日後便可
食合醬時多少斟酌此法行之○青太醬法新青太剝取粒甑
內蒸過擣爛作團小如刀柄以太葉掩蓋上黃衣曬乾如常法
泥醬味殊佳一云青太作爊造以槲葉箇箇裹之以藁稈纏縛之入空石中待上衣取出温堗翻轉乾之三日或
曬乾尤好則泥醬而以入瓮待熟即食若不然易生赤醬極乾則久留無妨凡青太爊造時少加水蒸之而已切與常法
○急造醬法取赤醬浸温水數日待盡透融以瓮四五坐掘地
安之而瓮口要與地平就瓮之四面塡實糠秕麥芒之屬依常
法泥醬瓮內卽以火燒糠火已徧着旋以水時時澆之則火不
便自滅從糠內連燒不已十日醬已成矣○又法大豆一斗爛
蒸眞麥五升去砂石炒擣碎交合温堗鋪乾色黃爲度曬乾毎

三極燥後以鹽六升湯水和合洗之置向陽處頻頻攪之七日成醬矣○又法大豆一斗爛烹麯子三升鹽四合搗入缸堅封晒之味好○急造淸醬法鹽七合炒極燥眞末八合又和鹽炒之候色黃後另以陳甘醬三合並前二種和水六鉢煎至四鉢味甚好○取經年醎石花盤汁煎一升至半成好醬與眞莫辨○造蠻椒醬法大豆精揀淘去沙石如法作末醬令極乾作末篩過每一斗用蠻椒末三合糯米末一升右三味用好淸醬溲打極稠入小瓮晒之俗方則其肉加芝麻炒末五合則膩乾不好又糯米末多入則味酸不佳蠻椒末過多則辣甚不好矣○一方大豆一斗作豆腐絞去水氣並諸料同打成熟極美凡打

合則鹽水亦可以終不如味好清醬矣一方乾魚去頭鱗切作

片又昆布多絲麻之屬同入待熟食之極美乾靑魚尤佳○不用蠻椒或代川椒

○急造蠻椒醬法大豆一斗炒黃挼去皮水煎令爛熟漉出其

汁不用窖布於藁席中置溫堗三日待絲出與炒豆末三升同

入臼中爛搗取出每一斗以蠻椒末三合爲率用鹽水適鹹淡

打臼作稠餅納缸晒七日可食過一望尤佳○造汁醬麯法小

麥麩 밀기울 二斗揀太一斗水浸極爛與麩同搗爛細蒸熟以手

握緊作團以楮葉淹過待工夜取出晒乾欲沈汁醬時取麯末

一斗水三升鹽三合和臼入缸封口埋馬糞中七日用若埋糠

火則二七日用○又方凡造汁醬麯法每太一斗入小麥麩三

斗而俗方則每太一斗入麩五六升蓋太則味甘美麩多則味酸不佳故用宜俗方也汁醬麴擣時用竹篩篩之每一斗以不大不小之鍾子量盛一鍾入之又加炒芝末五合和合之將沉汁醬之水加入色赤味好清醬一鍾子餘句調汁醬諸物而汁太稠則醬色不染於茄菘之屬必以手揑之汁從指間出然後方合度矣和汁之時頻頻嘗之醎淡務要適口另用茄子(不必用水)茄黃菘子(老甚及太少者不用)完而不合者去蔕拭淨與汁間布缸內訖用油紙封缸口蓋以瓦盆泥封三日後埋缸於馬糞中而馬糞多而若善蒸則必以冷水時時灑灌方善蒸矣○又方七月望後大豆一斗爛煮將小麥麩(篩麩)去三斗(五六升爲可)和合自入甕內

蒸熟細搗過如法團作刀柄樣納藁篅中而必以剉藁作備勿
令相粘破潤待上白衣晒乾搗臼細篩每末一斗入鹽三合拌
臼如泥茄子及苽子去蒂淨洗候水乾缸亦淨洗去水氣然後
先布汁一重次下茄苽一重相間密排至缸口九分滿用所斷
蒂塡補缸內以手按實勿致空踈用油紙封缸口以盖盖定外
四圍以黃泥固濟多積馬新糞安缸其中以生草覆其上其上
又以馬糞厚埋甚密缸小者二七日出如大甕須三七日方出
馬糞火則不善醬必須水浣然後乃得醬〇又方太麩如法作
團以桑葉爲備納內或空篅中罨之而篅中則置於溫處甕中
則覆於地勿泄氣過七日取出微晒復納又待六七日表裏俱

發始出晒乾擣之以竹篩篩之每一斗用塩五合和水打作泥如樱麴納缸中茄菽同入如上多積馬糞待氣方蒸熟排開糞中以乾草厚繞之於排開之中以火燒其草大方熾澆水藏之柔熱埋缸於其中若太蒸鬱則一七日出若自然蒸鬱則二七日出之

○全州方秋殘米精鑿一斗炒黃大豆五升炒去皮共作末米甘水和作團如胡桃大甑内蒸過以楮葉或桑葉裹之生黃白衣待其自乾又作末作末時必晒乾之甘清醬打稠得中茄菽拭乾合無水氣層層下缸如前法馬糞中埋之每三日以温水澆安缸處如此九日方出用而每臨食加蜜少許以助其味甚好

○夏節汁醬法甘醬味好者一砂鉢必麁篩下取汁去汏石小麥麩四合和合

另用青茄淨洗以巾拭乾與醬麫相雜入缸馬新糞中埋之二七日用之(或埋青草亦可)○又方好品末醬作末篩下味甘清醬一椀麥芽末半合(餘多則味甜而不佳)三味合打爛稠用青茄茄子(或用不多水煮)冬茄(作片如掌削去內外皮瓤)淨洗以巾拭乾裝入缸中及封蓋如前法多刈青草積於地上排開草中安缸於草中仍以草厚蓋之則自然蒸熟若太過恐味損故日午時則以冷水澆於草上加覆以藁席之屬二七日出用而夏熱易致味變須安缸於冷水中旋旋取用○造煎豉醬法(俗稱戰國醬)霜氣初嚴取新大豆一斗揀淨煮爛取出以藁席包之置煖堗三日待絲生取出另用大豆五升炒香去皮作末取藁席中蒸過熟豆納臼中擣之而以作末

豆加塩略干就臼中且舂且搗頻頻嘗之寧使味以淡不可過醎搗既爛取出與茄苽尼蘿蔔根之類相間納於陶缸中封口泥塗外用糠火燒埋之過一晝夜出用茄苽之類先以加塩待皮上以斂生然後水洗淨乾裝入缸中醬成加蠻椒食○青太煎豉醬法上同而但新剝嫩青太用二斗煎太時量宜加新蠻椒太已煮熟去椒不用美味殊勝○

水豉醬法과지젼쳐장 大豆不拘多少炒令微赤揀去焦黑者挼箕上去皮只令中拆不令破碎釜中多下水爛煮漉出其汁留貯淨缸取爛豆藁席包之或盛大瓠中以艸十襲厚罨置於溫堗中待二三日生絲取出復下釜以留貯豆汁灌下又烹之量宜下塩要淡不宜醎烹至水汁黃渾取出貯磁缸候冷用之而欲加蠻

椒須於烹豆時入之○一方取蒸欝生絲太攤乾於熱埃或日中貯紙囊時時取出冷水烹之加塩食之亦好○一方取蒸欝生絲太略加塩臼中爛擣貯磁缸中每朝夕以匙挑出與甘醬等分作菜羹味甚濡甘眞老農所餐也○鷄卵醬法取鷄鵝鴨卵盛大瓢內以手搖之則其卵皮碎皆成細紋即投清醬缸中晒之○一方取卵八九箇置瓢中取百沸湯柔熱急灌以時如上法擣碎之取出投極鹹冷塩湯中十餘日後取出剝去皮投投清醬中月餘食之若經年其味尤佳○炒醬法先取牛肉去筋膜作脯塗油醬炙乾細切作末用麁篩篩下又取味好甘醬經篩去砂石另用薑葱胡椒川椒及炒芝麻(不必作末)同入醬二分

肉一分中加油蜜(以加冷水無妨)臼打作泥而炒之要濕不須極乾可也○炙醬法凡醬瓮中屢灌鹽水多取清醬但餘味淡醬滓者取出擣篩得汁和薑葱川椒胡椒蠻椒之屬與醬打臼以油蜜炙於火上加炒芝麻亦好○醬餅法篩下味好甘醬和粘米末及物料油水打作餅湯蓋煮出方寸許切而食之○淡水醬法秋冬間造末醬而團團作塊無妨春初破塊見之帶濕氣乃破晒乾每三四斤用溫水和淡鹽洗小缸置溫房中或晒之則六七日熟同菜新出者食之味新矣(或先以溫水洗末醬三四日臨食下淡鹽)○千里醬法味甘清醬慢火煉之一斗縮至五升另取熟牛肉作薄片去脂膜晒作末投煉醬中又以慢火煎至如稠粥則成矣若火急

醬焦失味

造醋法○醋是醬之次也助味甚多家閭之最不可缺一造長在省費亦不少○造醋吉日辛未庚子乙未及除滿開成日又宜春氐箕夏亢秋奎冬危日○秋醱醋宜五月五日七月七日忌戊子甲辰丁未日又吉日與造麯日同考見可也○安醋甕法甕下須安磚石以備濕氣忌生手醎氣又忌離手皆納皆易致敗○治醋味乖法因娠婦毀敗者取車轍中土一掬着甕中即成好醋凡醋敗置延匍處則即還本味○以熱酒灌味卽敗或入炒鹽其味反淡○收醋法凡收醋須用頸皆者入瓶燒紅炭一塊投之更麰炒小麥一撮着封泥固○米醋法陳倉米五斗不淘

淨浸每日撥水二次至七日做熟飯乘熱便入甕按平封閉如令氣出第二日翻轉至第七日開再翻轉傾入井花水三擔又封閉一七日攪一遍再封二七日再攪至三七日即成好醋此法妙甚○小麥醋法小麥不拘多少淘淨用清水浸三日漉出控乾蒸熟暖處攤開鋪放蘆席上楮葉蓋之桑葉亦可三五日黃衣上去葉晒乾簸淨入缸用水拌匀上面可留一拳水封閉四十九日可熟○又方小麥一斗用水一盆煮熟以粒粒爛折為度控出去水盡攤冷其煮汁亦盛器放冷勿犯生水煮麥十椀入麯五椀拌匀納缸甕内灌以煮汁多少覩麥用桃東向枝滚轉以青布裹缸口置受初日處取蒿艾作蓋過二七日取用用時

若味變撈去上面白濁破麴作大瓦甖熏焦黑柳瓮內好若用
醋盡添入清酒或燒酒後酒亦可味復如初矣此法通四時皆可作○
大麥醋法大麥二斗內一斗炒令黃色水浸一宿炊熟以白麪
六斤拌和淨堂內鋪席攤白楮葉覆盖七日黃衣上晒乾更以
餘一斗炒黃浸一宿炊熟攤溫同和入黃子捺在缸內以水六
斗白攪密盖三七日可熟○秋麰醋法端或七夕日瓮鑿秋麰
米一斗爛烹碎麴五升調和東流水一盆井華水亦可沸湯調和盛
瓮以油紙封口加以青色袱以艾編覆之過三七日用之用一
盞還以音酒一盞添入清酒亦可燒酒又好燒酒後酒亦可釀時菖蒲根細
剉乾淨調和則好○柿醋法柿子欲紅時摘取去蒂盛於瓮內

日久待毛生以淸酒灌之又將麯子一塊火灸浸之便成好醋醋盡更灌酒浸灸麯用之雖至累年更不入柿味甚甘酸○大棗醋法大棗半熟時依上法洗之○菖蒲醋法剉根作醋法依上極佳○桔梗醋法桔梗根不拘多少去皮裂破烈日晒乾納砂缸中以好淸酒灌之則成醋○千里醋法烏梅去核一斤許以釅醋五升浸一伏時晒乾再入醋浸晒乾再浸以醋盡爲度擣末醋浸蒸餠和爲丸如芡仁大欲食投一二丸於湯中即成好醋○俗醋法粘粟米靑梁米二升白米一升白洗作飯水三斗沸過候冷麯末一升和其水調於飯微溫之納中砂缸內待飯熟另用麯塊如小兒拳者三箇埋火中外皮焦黑拭去灰深

納前缸中味酸乃用而醋盡以好清酒或焼酒[後酒亦可]量宜灌之則如舊醋盡常用灌酒炎麯之法若久而不酸尚有酒味雖納炎麯之後必以炒焦黄小麥乗熱投缸中百沸湯和蜜乗熱納瓶中緊塞瓶口置溫處則成醋又百沸湯入瓶投乾大棗數合於其中密塞瓶口置溫處亦能成醋

肉膳治法○凡焼肉忌桑柴楮柴火腐敗肉不可食自死肉食之小則令人發疔腫大則殺人○凡焼肉用蕎子柳於炭火上蘸油塩醬細物料酒醋調真麵薄糊不住手勤翻焼至熟剝去麵皮○煮肉用芝麻花爲末置肉上則油不流○煮諸般肉以紙封鍋内用楮實同煮則易爛其味香美[一日用楮子一二粒同煮]○煮肥肉

先用芝麻花茄花同物料調稀糊即眞末塗上火炙乾下鍋煮熟○陳臘肉煮待滾時將燒紅炭數塊淬之不𦴓○敗肉用胡桃三箇每箇鑽十數竅同煮其臭氣皆入胡桃中破之臭惡不可當○煮硬肉法硇砂唐材多食壞人腸胃桑白皮楮實同下鍋煮立軟○老牛肉取灶邊尾一尻同煮易爛○夏月熟肉單用醋煮可留旬日○夏月用磁器盛熟肉於鍋中火貯水燒滾候冷再燒令熱氣不絕可留一二日不壞○肉要作羹湯或切或搗爛下熱釜添油用急火炒過然後入醬水物料○凡肉必投滾湯中烹之切勿先投冷水中後烹之恐敗肉煮魚同此法

牛肉膳○雪下覓方取牛背肉등심살切廣二寸許長六七寸許厚

如手掌許以刀或背或刃輕輕搗軟却串和油鹽醬蘸置待其盡入用火炙之(火若太熾恐焦即以薄灰蓋之)至肉極熟取起急浸於冷水中(更炙如是)者凡三次又塗油荏而更炙之極軟味佳一方用真麪合諸物料調油醬水作薄糊塗而炙之餘法上同少加蒜汁則尤軟美而人或有厭臭者○牛肉蒸方肉不拘多少去筋膜洗淨控乾先以鹽酒多醋少浴過用物料量肉多少下之却將酒醋拌匀入磁器內密封其口用重湯慢火煮候軟爛方食○又方肥肉切作塊后用油醬物料與肉灌水一鉢許縱橫架竹木於鍋內安肉其上合鍋盖以濕紙填塞縫隙用藁草慢火蒸之(用柴則火猛鍋拆)聞沸聲即止火養之候二炊頃又蒸之如是者三次取

出糝炒芝麻屑胡椒食之其味自別○雜散炙方取夾脂肥牛肉及心肝膓肚千葉之屬用串間柳加汁物料炙如雪下覓法○醬散炙方牛肉及臟腑作散炙炙之以油醬晒令極乾另以甘淸醬煉如葡萄汁取散炙投其中又以蠻椒川椒之屬並投之經若干日食之好○造危脯法牛肉去脂膜以利刀爛搗如泥略加鹽以木作整機長一尺許廣三四寸許厚二寸許另以淨布巾鋪於整機內始下肉泥仍掩其布以足踏堅如造麯法出晒已乾收入甕中生白衣七八二三月間可造食時危危切下塗猪脂炙之好○牛肉去筋膜與雉爛搗和以油醬印出於小刻板醬乾而食之極佳或塗油醬炙食亦佳○別造醬脯法

軟牛肉作薄脯以刀微微横劃令不各斷以香油白塩揉之良久不必展開平布於柤盤上晒之至八分乾喫之味好○牛膓蒸方肥牛膓随意裁絶大蘿葍刮粗皮劈中鼎中下冷水同入牛膓葍根柴火爛烹水縮過半始下油醬更煮汁幾盡縮取出糝炒芝麻屑○牛膓同油醬物料蒸如蒸牛肉方尤佳○牛膓炙方必多炙胃邊三用浸水法易脆味好○牛心炙方牛心間抑牛喉管炙要七分熟炙至乾燥則反無味矣○牛胃方卽牛肚膜取肚去皮納陶缸中醬水味稍淡多灌之真油一鍾子合物料同納缸中以油紙堅封四面限缸腰以炭火圍之見其醬水縮至半則肚已熟矣取出刀切醋醬喫之好且與本汁同食亦佳

○取牛肚厚頂去皮切如大栗子就極熱釜中添香油急炒乞時取出乘熱盛鉢又以他鉢相合急覆良久另用塩水加物料煮成汁復納肚煮之至六七分熟味美且軟一方用炒芝麻汁亦佳○牛肚治白切下鍋煮時用黃蠟栗子大洗淨乞乞投沸鍋內同煮則極軟快○牛腸蒸方牛腸洗淨表裏各一尺許另取精牛肉以刀刃爛搗如泥和諸物料油醬塡納腸中用線縛定兩頭釜中先下水橫交竹木次安牛腸於竹木令不浸水合釜盖文武火養蒸待極熟取出候冷切如馬蹄樣點醋醬喫之○牛足炙方牛足烹出去毛劈刀分作兩片水煮至七分熟取起塗油醬炙之而須頻翻轉○牛尾蒸方肥牛尾建尾根取之五

條脘去皮切四五寸長另用治淨牛足二箇劈作兩並尾同下水於釜中以文武火煮之煮至半始下油醬物料再煮至骨自脫而食又大蘿蔔剝外皮劈破同煮甚好○肥牛尾如前以油醬慢火上炙食或烹爛熟點醋喫之甚美

猪肉膳○造臘肉法新猪肉打成段用煮小麥滾湯沸過控乾每斤用鹽一兩擦拌置瓮中二三日翻一度至半月後用好醋醃一二宿出瓮用元醃汁水洗淨懸於無烟淨室二十日以後半乾半濕以故紙封裹用淋過淨乾灰於大瓮中一重灰一重肉裝滿蓋合之涼處經歲如新煮時米泔浸一炊時刷洗用清水下鍋慢火煮候滾即徹薪停息一炊時再發火再滾住火良久

取食此法之妙全在早醃須臘月前十日醃藏得臘氣爲佳稍遲則不佳牛羊肉並同此法○又法肉三斤作一段每斤用淨鹽一兩擦勻入缸醃數日逐日翻二三遍却入酒醋再醃三五日翻三五次取出控乾先沸百沸湯一鍋逐旋將肉入湯蘸急提起趁熱以香油勻刷掛當烟頭處熏之十日後再用臘糟加酒拌勻塗肉表裏再醃十日取出掛廚中烟頭上若人家烟少用糠烟上熏十日使其烟晝夜不絕羊肉亦當依此法○四時臘肉法將豬肉去膏三脂厚五寸濶段子同鹽料末醃半日却入臘水內每肉一斤用鹽四兩浸二宿其肉色味與臘肉無異煮時先以米泔清者入鹽二兩煮一二沸撈水煮○凡豬肉食

之則冷氣先入腎下元虛冷之人不可多食豬肉和牛肉食之
則令人腹中成虫患蛔痛小兒尤不可與食豬肉忌生薑與白
蝦鹽汁豆腐治痰雖有味而三物並動風凡患風人不可久食
○豬項上一臠有異味未嘗豬耳根肉氣燥不佳洗豬頭用乾
麪洗豬腸用砂糖則不腥○山豬燒毛後去皮其肉烹煮皆有
異味○熟豬肉作片要大要薄取冬月淡蒜薤大葉三寸許以
肉片捲裹點醋醬喫之極爽美而助痰不可多食○炙兒豬方
豬生五六朔者用湯去毛取出臟肚以刀刮去皮剗下全脚掉
於鐵串脛炙炭火上以其所剥脂膏塗抹熟肉上不停手翻轉
以竹尖亂刺肉上塗以油醬待透入爛熟取出利刀薄薄剗下

喫之味勝烹肉○猪子作삿기집及猪足爛烹點醋醬喫之則軟淡味自別○猪肉作饅頭則與雉肉味同○兒猪蒸法兒猪長至六七朔者去毛治淨去肉臟另用或雉或鷄及豆腐熟蘿蔔油醬蒜葱胡椒之類一處爛搗添油炒半熟取出作團填滿猪腹中以線縫之釜中下水一鉢許以竹交撑釜內安猪於其上以盆盛水安坐於釜口用黃泥封以藁草火慢慢煮蒸如蒸犬法盆水溫即易以冷水凡三易水猪已爛熟取出候冷點醋醬供之○猪皮水晶膾法取猪皮刮去脂洗淨每斤用水一斗葱椒少許慢火煮皮軟取出細切如縷却入原水內再煮稀稠得中用綿子濾候凝即成切膾醮醋澆食

犬肉膳○犬肉忌炙食九月忌食犬肉黃犬肉補人黑白犬次之緣毛狵其肉無味（凡犬肉與蒜同食損人）○冬瓜蒸犬法肥犬一隻退淨剔去骨用鹽酒醋浴過每肉一斤用醇酒一盞醋一盞白鹽半兩油醬少許細料量下拌匀另用大冬瓜一箇切去蓋取出瓤將肉盛於內仍取蓋合了以竹簽簽定其蓋紙封固不令漏氣又用稻草紐索冬瓜纏定又用鹽泥固濟却用稻糠火燒半着却將冬瓜埋在火中煨過一宿至次日剖開食之其冬瓜亦可食此法最佳如無冬瓜只用瓦罐煮之亦佳○又法肥犬一隻去皮與骨只洗其腸而他臟及肉並皆勿洗洗則生臭劉肉作片以油醬胡椒川椒等物料調拌亦宜蠻椒末先以骨安於鍋

底次以肉安於骨上停當另取陶盆其底與鼎口吻合者安坐
於鼎口用麵調水作餅謹塗合縫令勿泄氣乃灌水於陶盆也
肉即以藁草慢火煮之若用柴火則鼎必拆裂矣聞沸聲稍遲徹火盆水溫
易他冷水若是者凡三次則肉已爛熟矣用空石二三立足矣
其味極佳少無犬臭○又方取爛熟之肉以手扯碎加油醬蔥
白芝麻炒末蠻椒末胡椒末十分揉拌盛於竹篩內以水少灌
鼎中加篩於其上合蓋蒸之食頃出之候冷食之○蒸犬俗法
肥犬如上法治淨但分肢脚洗臟腑不必穿割另用甘醬된장一
大升下篩去滓以水一椀油醋各五合如無醋用好酒亦可芝麻炒末
五合蠻椒末一合都合大盆內調和如薄粥投入牛肉及內腸

以手良久打拌令物料透入肉裏然後又用芹蔥各一束先焯過沸湯去青水又去葉不必切之停當淨洗鍋中先將犬兩脇肩覆安鍋底次下肢脚又次下內臟加蔥芹於一邊取水半椀許周洗物料盆中灌於鍋中旋合鍋盖以濕巾四纏吻縫使不泄氣以藁草火進退煮之如前法燒三四束則肉已爛骨自脫出矣即取出候溫劈其肉點原汁而食之則甚美如要作羹湯取蒸過肉及臟與蔥芹之屬必以手扯碎勿用刀切然後嘗鍋中原汁如淡添醬如鹹添水務令得中旋下肉更以慢火煮四五沸食之而必與白飯同食方好用上盆水法蒸之固好而用纏布裹亦可或用黃泥塞縫法而如不勤手誤入水出則不可食凡犬肉羹必和真麪而切勿多和宜如千和

之

羊肉膳○羊肉羊肋羊耳羊舌生燒食之羊脂肪煮半熟燒法見上○煮羊肉滚湯下盖定慢火養熟

鹿肉膳○鹿不屬十二辰食靈草異他獸故道家不忌食之若服藥者不可食藥反無效盖鹿常食解毒草故也○煮鹿肉法冷水下煮七八分熟可食若煮過熟則反乾燥無味矣○要作羹法如牛肉羹法○炙法煮半熟取出燒之

獐肉膳○煮法炙法皆與鹿同

熊肉膳○熊肉煮熟可啖然動人痼疾不瘵○熊掌用石灰沸湯爓淨布纏煮熟或糟尤佳用酒煮則嗔大矣

兎肉膳○煮肉法取肥者去皮煮至七分熟拆開縷切用香油四兩煉熟下肉入盐少許葱絲一握炒片時却將原汁澄清下鍋滚二三沸入醬些少再滚一二沸調麵絲更加活血兩杓滚一沸着滋味添盐醋少許○炙法以生肉燒之法見上○益兎肉食之弱人陽氣

鷄肉膳○炒鷄法肥鷄治淨用葱細切盐半兩香油三兩下熱釜急炒至七分熟另用甘清醬同胡椒川椒末入水一大椀下鍋煑熟爲度加好酒些少尤好○七香鷄法陳肥雌鷄去毛治淨從下作穴出其腸肚另用桔梗煮浸去苦味一鉢薑四五片葱一握川椒一握清醬一鍾醋油各半鍾子右七味化雜納於鷄

腹內滓如有餘同盛於砂尾缸中用油紙封其口又以砂楪盖之湯水中湯候熟食之鷄味中苐一上品也○蔥鷄湯方肥雌鷄去毛治淨用蔥七束切去鬚葉只用蔥白以水三四椀許下湯中以蔥白與鷄同納湯水中又以好醋好淸醬香油各一鍾子香油少減許灌於湯中用文武火爛煮至於鷄骨可以拔出然後以鷄卵六七箇和於汁中而食之則其味甚佳矣○烹鷄方取苐二水甘水以治淨雌鷄同納陶缸中炭火上慢慢煮熟椀中取出始量意加鹽食之或欲加淸醬待水半縮而下醬糝胡椒食○炙鷄方肥鷄治淨分肢加油鹽壓待良久取炙炭火上而必用苐二米甘水且炙且洗凡三次後始塗油醬炙之已熟糝

胡椒炙之凡刲鷄而倒懸於空中盡滴去其血且經一夜則味佳而軟矣凡鷄肉經夜易襲蜈蚣汗他毒虫亦易墮咗必更炙而炙之切勿徑炙冷炙〇炙鷄法肥雌鷄去其毛羽而不用熱湯只以手拔去淨治從下作穴出去腸肚洗淨納清醬真油少許於鷄腹中封穴以濕藁草回回纏縛全鷄凡數三重又整沉水而出（又法以黃泥塗）埋於柴草火（又可是）過一時頃取出藁燒不妨剝去藁吹拂塵以手劈開點鹽炙之以此要炙食必整塗油醬頃刻炙出若稍久則反不美（兒猪蒸亦用此法妙矣）〇軟鷄蒸法鷄雛出卵五六十日可以供饍如法治淨從下作穴去腸另用生牛肉或猪肉搗爛甘醬經節紫蘇葉葱椒生薑香油及其鷄心肝並

肉與物料同搗爛作團塡鷄腹內而封之鍋中下水烹至極爛初以物料餘者並投水中烹之以眞末少許和其水又下油醬再煮作汁蒸已成取鷄劈置楪中澆之以汁加完栢子仁別以鷄卵合黃白煎作片刀切而散於其上食之○軟鷄塗油醬炙食之味美勝於蒸矣○軟鷄蒸加竹筍篙根甚佳○煮老雄鷄法以櫻桃枝交撑釜中安鷄其上多灌水烹之易爛○鷄卵湯法取卵破貯量盆中和油醬水用釜水重湯而火要慢以匙不停手攪之○乾卵水卵只令白凝不可熟堅黃子非但味不好食之令人滯○造軟泡羹法此羹宜食冬月牛肉不如猪肉猪肉不如雉雉亦不如肥嶋鷄取鷄治淨又取牛肉一大片多洗去血並鷄納

鍋中多下水爛烹另造豆腐而必堅鬣方好以刀切作片而長
八九分四方廣二三分略𣸩鹽待少時無鹽法用鍋盖撑炭火上
多添油煎豆腐令無不煎之面然後先烹牛肉取出不用即下
已煎豆腐於肉汁中亦下油醬令味適宜次下薑葱眞茸藁古
石茸而必皆細切又以器取肉汁少許調細羅眞麪而宜少切
不宜多取鷄卵破合調麪之内而要以匙多攪之急潑肉汁之
中亦即急攪務令稠遍再煮五六沸要諸物料和合始取食之
而鷄則絲絲擘裂另用鷄卵分黃白油煮作薄片以刀縷切並
鷄肉絲布滿軟泡羹梡面次下川椒胡椒而供之又方所煎豆
腐每三四片縱揷於細竹簽作串浸汁中食之

雉肉膳○兒雉七月可食炙蒸之法與軟鷄略同老雉自八月至明年二月可食餘月不益亦少味○炙法生燒至半熟可喫然食性有不喜未熟者蓋炙半熟則雖多喫而不飫○凡人喫雉脚者必以齧其骨節爲至味殊不知雉骨新碎者極利鋒芒人誤齧之則倒押齒根有成膿齒根之患誤呑之則橫鯁咽喉無藥可醫奈何以一時滋味自犯危亡之境乎愼之戒之○凡雉肉以淨白紙漬水濕之包裹肉上務要貼着少無空處炙至半熟去紙即塗油醬胡椒而更炙則骨不落味好炙雉不用泥水法○雉蒸雉熟法與治鷄同而以冷水爛烹並汁取肉加鹽食之則味甚淸淡○凍雉法取雉去腸肚又去皮寒月置外極凍以利刀

凡凡削下濕凍清醬或醋醬加葱薑食之味爽美尤宜下酒○
乾雉雞脯皆去皮用油醬胡椒脯則加炒芝麻而不作屑
鵝鴨膳○鵝鴨燒法此則家養者鵝兒則百日以外鴨兒則六七
十日使過此則肉硬不可食○古語曰鴨脚一千入腹令人死
○鵝鴨一隻治淨凍香油四兩爁變黃色用酒醋水三件中停
浸沒入細物料半兩葱三莖醬一匙慢火養熟○凡鵝用櫻桃
葉數片同煮則易爛○軟鴨蒸法同軟鷄蒸法而但物料去蘇
葉必乘濕食之冷則不好○野鵝野鴨治法上同要炙必煮熟
燒之
鵪鶉膳○甚益人不作羹但燒而喫之加油醬待入即生燒塗油

醬不用沉水法

麻雀膳[illegible]○不作羹忌豆醬自十月至明年正月大益男子陽道孕婦忌食○要炙去毛摘去腸膽以刀背略打平加油鹽待入柳津燒之塗以水油○煎法治上同加油醬待入用鍋蓋多添油煎之一云炙煎之法必先剝去雀皮無妨要煎可拌菉豆

鴈肉膳○要烹須慢火養熟要炙須煮熟燒之鴈宜麥

醃鴨卵法○雌鴨雖無雄多喂豆麥肥壯則生卵自冬至後清明前皆可醃每卵一百箇用鹽十兩灰三斤拌匀以卵蘸米飯於鹽灰內滾成團收乾甕內可留至夏